

JADŁOSPIS RADOMSKO 30.06.2025 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Ryż biały na mleku na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ogórek kiszony 80g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Ryż brązowy na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ogórek kiszony 80	- Ryż biały na mleku na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku na mleku z jabłkiem 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku na mleku z jabłkiem 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Sok owocowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Sok warzywny 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Sok owocowy 200ml
Obiad	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach kukurydzianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet w sosie chrzanowym 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach kukurydzianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot b/c 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Filet w sosie chrzanowym 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach kukurydzianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 250g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach kukurydzianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Surówka z buraczków 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Arbuz 200g	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka pieczona 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 80g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
Posilek nocny	Maślanka 200g (MLEKO)	Maślanka 200g (MLEKO)	Maślanka 200g (MLEKO)	Maślanka 200g (MLEKO) + 2 szt. pieczywo chrupkie (GLUTEN)	Banan 200g	Banan 200g
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2243 kcal; B: 123,57 g; T: 66,85 g, w tym Tł. nasycone: 33,12 g; W: 294,06 g, w tym cukry 147,94 g; Błonnik: 17,52 g, Sól: 7,68 g						

JADŁOSPIS RADOMSKO 2.07.2025 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Makaron pszenny na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobias kurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Papryka 80g - herbata 250ml	- Makaron pszenny na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobias kurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Makaron razowy na wywarze warzywnym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobias kurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Makaron pszenny na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobias kurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g - herbata 250ml	Płatki czekoladowe na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobias kurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Papryka 80g - herbata 250ml	Płatki czekoladowe na mleku 150g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15 g (MLEKO) - Filet zapiekany 20g (m. drobiowe, skrobias kurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. - Papryka 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterami ogórka Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterami ogórka Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterami ogórka Jabłko 200g	Bułka maślana 60g, dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterami ogórka Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterami ogórka Banan 200g
Obiad	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpet w sosie z zieloną pietruszką 200g (m.drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpet w sosie z zieloną pietruszką 200g (m.drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukiernia z ziołami 150g - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpet w sosie z zieloną pietruszką 200g (m.drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpet w sosie z zieloną pietruszką 200g (m.drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukiernia z ziołami 150g - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet pożyński 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszenna, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 250g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet pożyński 120g (m. drobiowe, jajo, b. pszenna, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Surówka z selera 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka pieczona 80g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobias kurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka pieczona 80g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobias kurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka pieczona 80g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobias kurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka pieczona 80g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobias kurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka pieczona 80g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobias kurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka pieczona 40g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobias kurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Lubis 30 g (GLUTEN)	Lubis 30 g (GLUTEN)	Sok pomidorowy 200ml	Lubis 30 g (GLUTEN)	Lubis 30 g (GLUTEN)	Lubis 30 g (GLUTEN)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2514 kcal; B: 111,19 g; T: 94,78 g, w tym Tł. nasycone: 35,07 g; W: 314,06 g, w tym cukry 333,84 g; Błonnik: 25,31 g, Sól: 5,92 g;						

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2514 kcal; B: 111,19 g; T: 94,78 g, w tym Tł. nasycone: 35,07 g; W: 314,06 g, w tym cukry 333,84 g; Błonnik: 25,31 g, Sól: 5,92 g;

JADŁOSPIS RADOMSKO 3.07.2025 – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku z bananem 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku z bananem 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Ser biały 60g (MLEKO) - Dżem 20g - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką pieczoną (20g), 3 plasterkami papryki Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką pieczoną (20g), 3 plasterkami papryki Sok marchewkowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką pieczoną (20g), 3 plasterkami papryki Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką pieczoną (20g), 3 plasterkami papryki Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką pieczoną (20g), 3 plasterkami papryki Sok marchewkowy 200ml
Obiad	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 30g - Kapusta zasmażana 150g - Kompot 200ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Gotowana marchewka 150g - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 30g - Kapusta zasmażana 150g - Kompot b/c 200ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Gotowana marchewka 150g - Kompot 200ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Gotowana marchewka 150g - Kompot 200ml	- Krupnik jęczmienny 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Pyzy z mięsem 200g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Gotowana marchewka 100g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Muffina kakowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina kakowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Kisiel owocowy 200ml b/c Wiórki kokosowe 10g	Muffina kakowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina kakowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina kakowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2484 kcal; B: 87,74 g; T: 80,46 g, w tym Tł. nasycone: 42,64 g; W: 361,05 g, w tym cukry 235,06 g; Błonnik: 21,25 g; Sól: 4,61 g;						

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2484 kcal; B: 87,74 g; T: 80,46 g, w tym Tł. nasycone: 42,64 g; W: 361,05 g, w tym cukry 235,06 g; Błonnik: 21,25 g; Sól: 4,61 g;

JADŁOSPIS RADOMSKO 4.07.2025 – Piątek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek kiszony 80g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek kiszony 40g - herbata b/c 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 4 plasterkami ogórka Arbuz 200 g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 4 plasterkami ogórka Arbuz 200 g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 4 plasterkami ogórka Arbuz 200 g	Bułka maślana 60g, dżem 30g Arbuz 200 g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 4 plasterkami ogórka Arbuz 200 g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 4 plasterkami ogórka Arbuz 200 g
Obiad	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Filet z miruny w lekkim sosie koperkowym 200g (f.miruny, jaja, koperek, bulion, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) -Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot b/c 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))) -Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 250g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) - Kotlet rybny w panierce 100g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kiszonych ogórków 100g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, <u>m.graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Mus owocowy 90g	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2145 kcal; B: 96,57 g; T: 80,49 g, w tym Tł. nasycone: 37,70 g; W: 248,14 g, w tym cukry 116,39 g; Błonnik: 11,33 g, Sól: 7,33 g;						

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Zacierki z m. razowej na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Plątki czekoladowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Plątki czekoladowe na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet specjal 20g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200ml
Obiad	- Zupa brukselkowa z ryżem brązowym 400g (wywar wieprzowy, brukselka, ryż, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, SELER) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 200ml	- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar warzywny, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200ml	- Zupa brukselkowa z ryżem brązowym 400g (wywar wieprzowy, brukselka, ryż, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, SELER) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot b/c 200ml	- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar warzywny, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200ml	- Zupa brukselkowa z ryżem brązowym 400g (wywar wieprzowy, brukselka, ryż, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, SELER) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g	- Zupa brukselkowa z ryżem brązowym 250g (wywar wieprzowy, brukselka, ryż, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, SELER) - Kąski kurczaka w sosie jarzynowym 200g (m. z kurczaka, bulion, cukinia, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN)) - Kasza pęczak 100g - Surówka z kapusty włoskiej 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Pizzerka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Pizzerka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Pizzerka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Pizzerka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Pizzerka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Pizzerka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250mlBaton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 80g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2122 kcal; B: 107,19 g; T: 78,26 g, w tym Tł. nasycone: 34,91 g; W: 253,13 g, w tym cukry 120,28 g; Błonnik: 16,37 g; Sól: 7,23 g;

JADŁOSPIS RADOMSKO 6.07.2025 - Niedziela

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka bez kości Podkomorzy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka bez kości Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze 300g (GLUTEN, SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka bez kości Podkomorzy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka bez kości Podkomorzy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku z żurawiną 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka bez kości Podkomorzy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku z żurawiną 150g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szyńka bez kości Podkomorzy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 20g (MLEKO) - Papryka 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Jabłko 200g	Bułka maślana 60g, dżem 30g Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego Jabłko 200g
Obiad	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot b/c 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kottlet drobiowy 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kottlet drobiowy 100g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 100g - Marchewka z groszkiem 120g - Kompot 200 ml
Podwieczorek	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Owsianka instant 50g (GLUTEN, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Pomidor 60 g - herbata 250ml
Posilek nocny	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2222 kcal; B: 97,70 g; T: 75,47 g, w tym Tł. nasycone: 36,67 g; W: 298,23 g, w tym cukry 163,91 g; Błonnik: 24,69 g, Sól: 4,40 g